

ゲートキーパー養成研修

大切なところと命を守るために
～今日からあなたもゲートキーパー～

ゲートキーパーとは
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて
必要な支援につなげ、見守る人のことです。



悩みを抱えた人は何らかのサインを発していることが多いと言われています。
あなたの気づき、声かけが、大切な命を守る一步になるかもしれません。
当研修では自分のこころの健康を守りながら、家族や友人、同僚など身近な方の
悩みのサインに気づき、適切な支援につないでいく方法が学べます。
みなさまの会社、グループなどでゲートキーパー養成研修を開催してみませんか。

対象

倉敷市内在住・在勤・在学の方で構成された
グループ・団体

講師

保健師・精神保健福祉士等

内容

- ・ストレスとこころの健康
 - ・身近なメンタルヘルス問題
 - ・ゲートキーパーの役割など
- （対象者により内容は相談させていただきます）

お申し込み・お問い合わせ先

詳細につきましては、お気軽にお問合せください。

倉敷市保健所 保健課精神保健係 担当（亀山・紀村）

☎ 086-434-9823